



























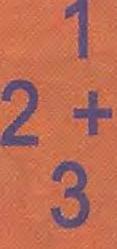
والفرات في منطقة الشرق الأوسط.

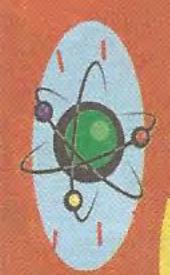




















ينصح بغلى الألبان في المناطق التي لا تصلها الألبان المبسترة أو المعقمة أو المعلبة، وذلك بتقليب اللبن عند درجة الغليان على الأقل لمدة دقيقتين، ويفضل دائمًا استخدام الألبان المعلبة بواسطة شركات معروفة تقع تحت الإشراف الصحي المستمر، وعند غلى اللبن يفضل أن يتم ذلك في وعاء من الحديد الإستناس ستيل أو التيفال الذي لا يعاني أي خدوش تظهر من تحت طبقة الألمونيوم، ويفضل الألبان منزوعة الدسم عن تلك التي تحتوي

على نسب أعلى من الدهون، حيث تتركز بها المواد الهيدروكربونية السامة داخل جسم الحيوانات نتيجة لتعرضها للمبيدات أو لأكلها النباتات الخضراء الملوثة بمواد رش المحاصيل المزروعة.





يعد مستشفى الصليب الاحمر الواقعة في لوبيندج بكينيا اكبر مستشفى حرب في الوقت

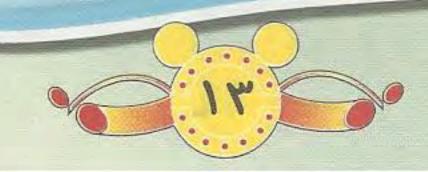
الحالى ، إذ تقدر سعتها ب ٥٦٠. سريرا، وقد عالجت مايقرب من ١٧ الف ضحية من ضحايا الحرب الاهلية

التي طال امدها في السودان.



أنقذ فاريان فراي ٢٠٠٠. من الفنانين والعلماء الذين كانوا يقيمون في أوروبا ساعة الاحتلال النازي، وكان من بينهم أتوا ماير هوف الحائز على جائزة نوبل في الكيمياء، وقد تم القبض عليه بعدد لك وتم ترحيله 21a 73P1.

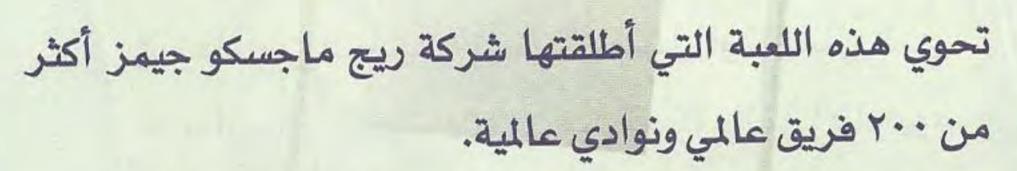






علی الإکس بہکس

دیفید بیکام سوکر



وستستمتع خلال المباريات بتعليق رون اتكنسون وجونثان بيرز. ويمكنك في هذه اللعبة تشكيل فريقك، وإنشاء ملعبك الخاص وحفظ الإعادات في القرص الصلب للجهاز.









بروجيكت آرمز

أعلنت شركة باندي إطلاق لعبة المغامرات والأكشن، بروجيكت آرمز على البلاي ستيشن إلى اليابان، واللعبة مبنية على قصة المسلسل واللعبة مبنية على قصة المسلسل الياباني الكارتوني آرمز.

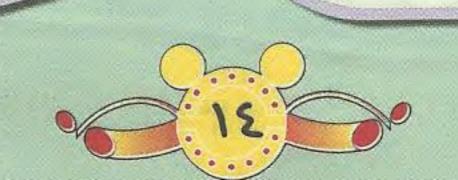
ولدى شخصية اللعبة الرئيسية ثلاثة أنواع لهجمات هي اللكمات والمدفع والـ

.(ARMS)

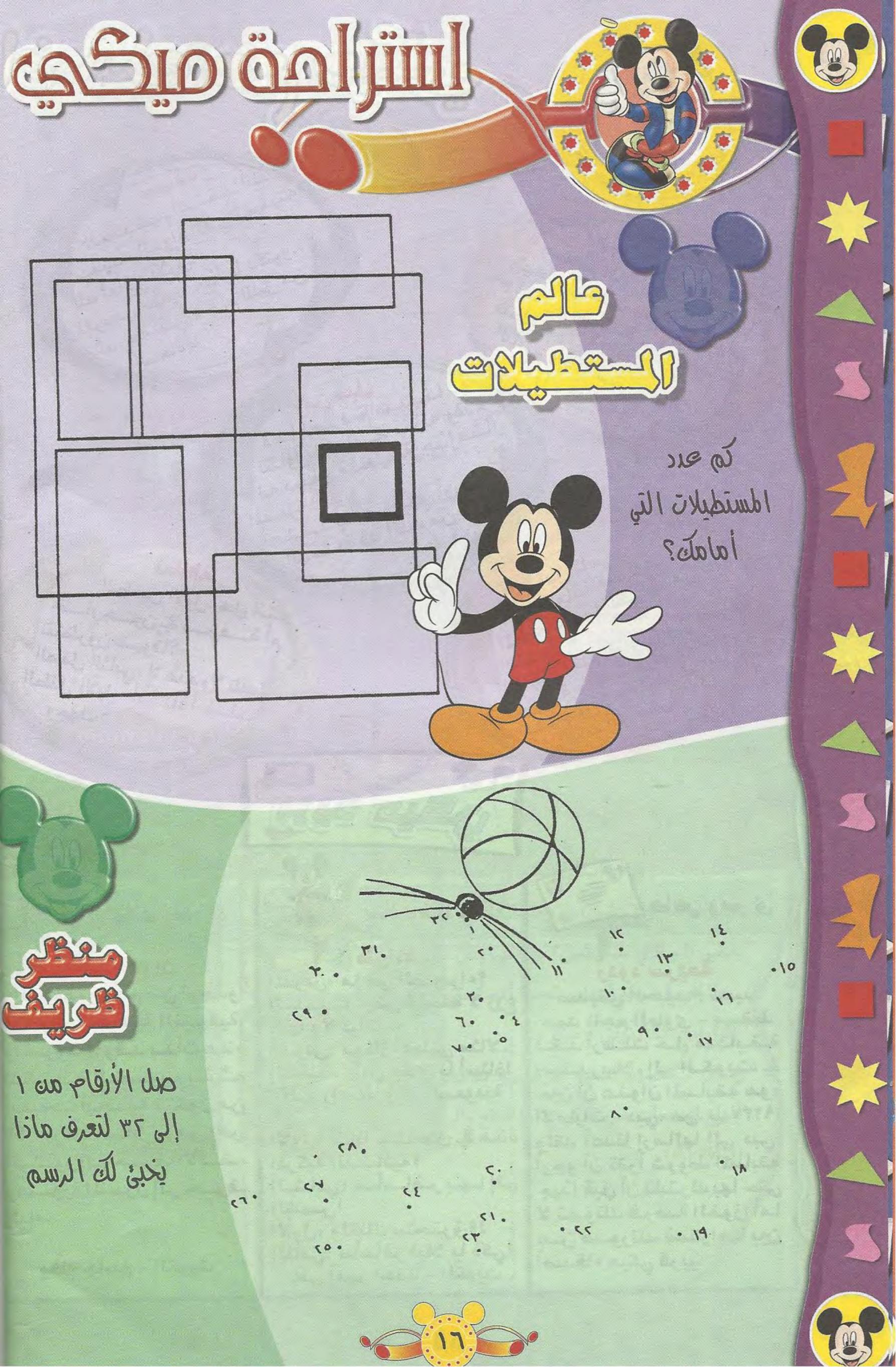


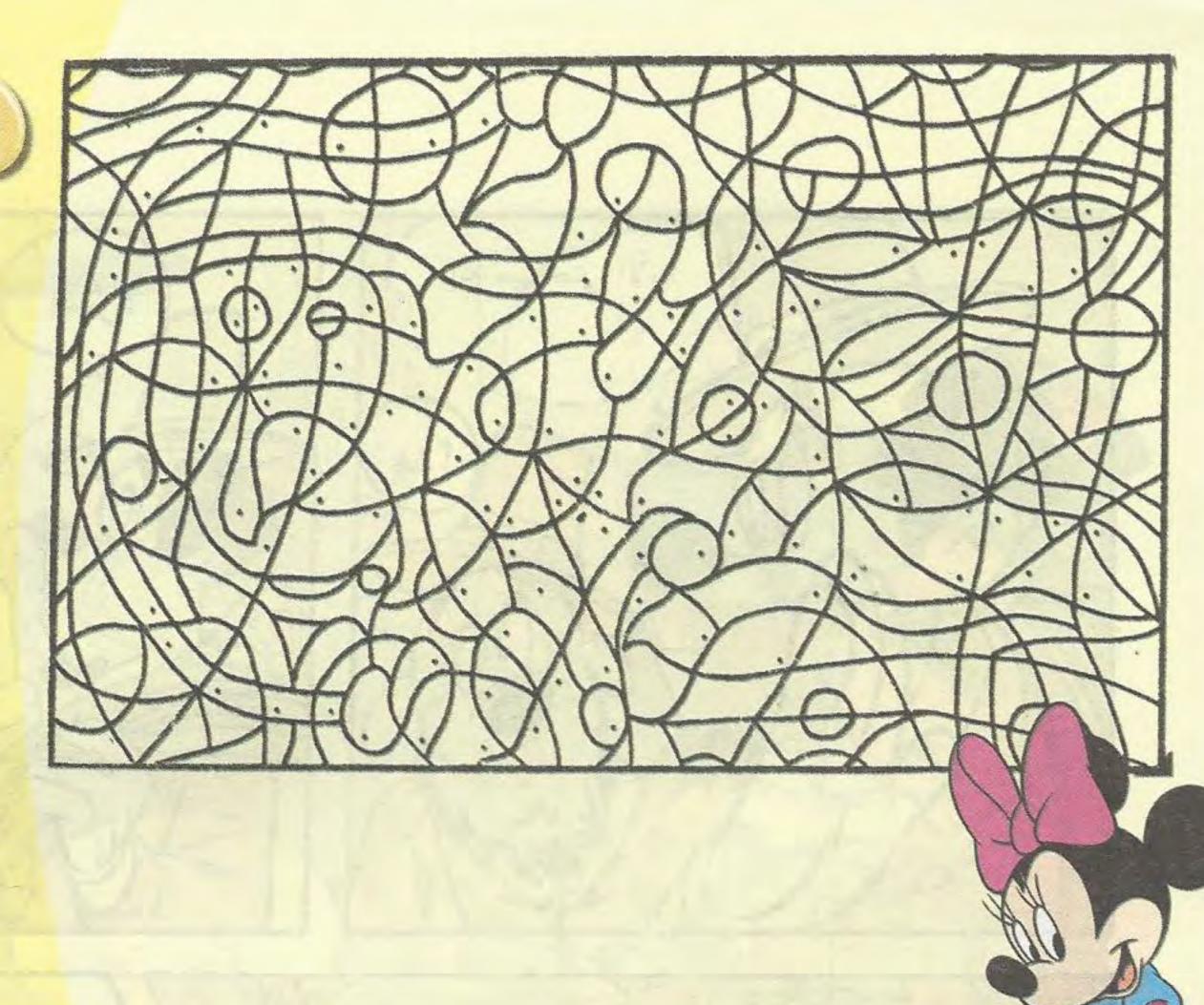














لون الأجنزاء التي بعا نقطة بلون زاو لتعرف المختبئ.

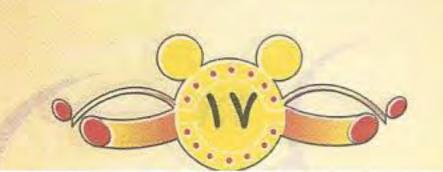


أصدقائي الأعزاء،،،

جاءتنا العديد من المشاركات في هذه المسابقة ، وبعد اجراء القرعة فازت الصديقة:

سارة ابراهيم المضيرة - السعودية برحلة لثلاث ليالي

لصائلة مكونة من شخصين بالضين وطفلين تشمل الإضطار ألف مبروك





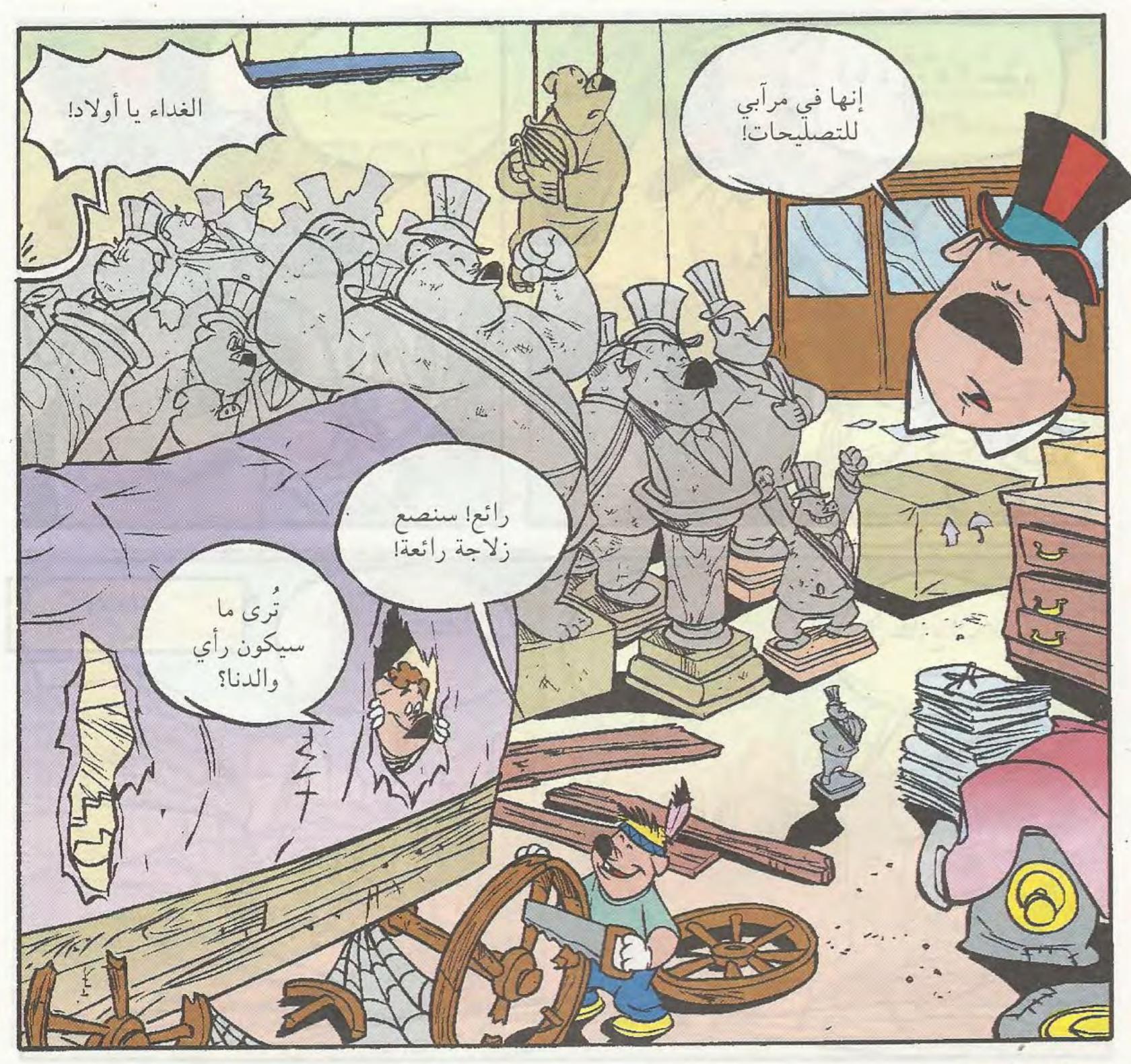
























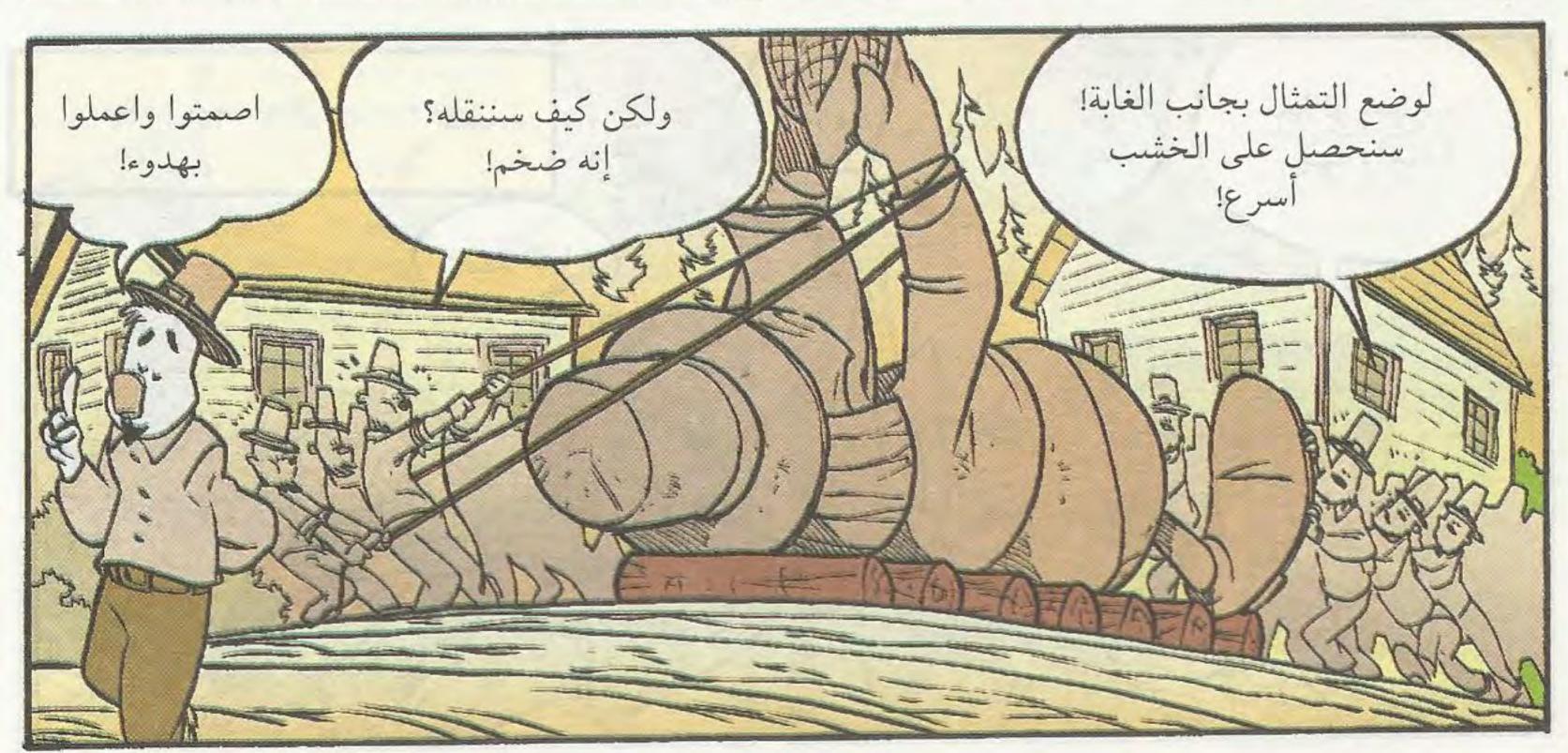












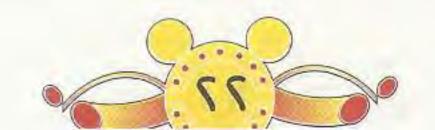


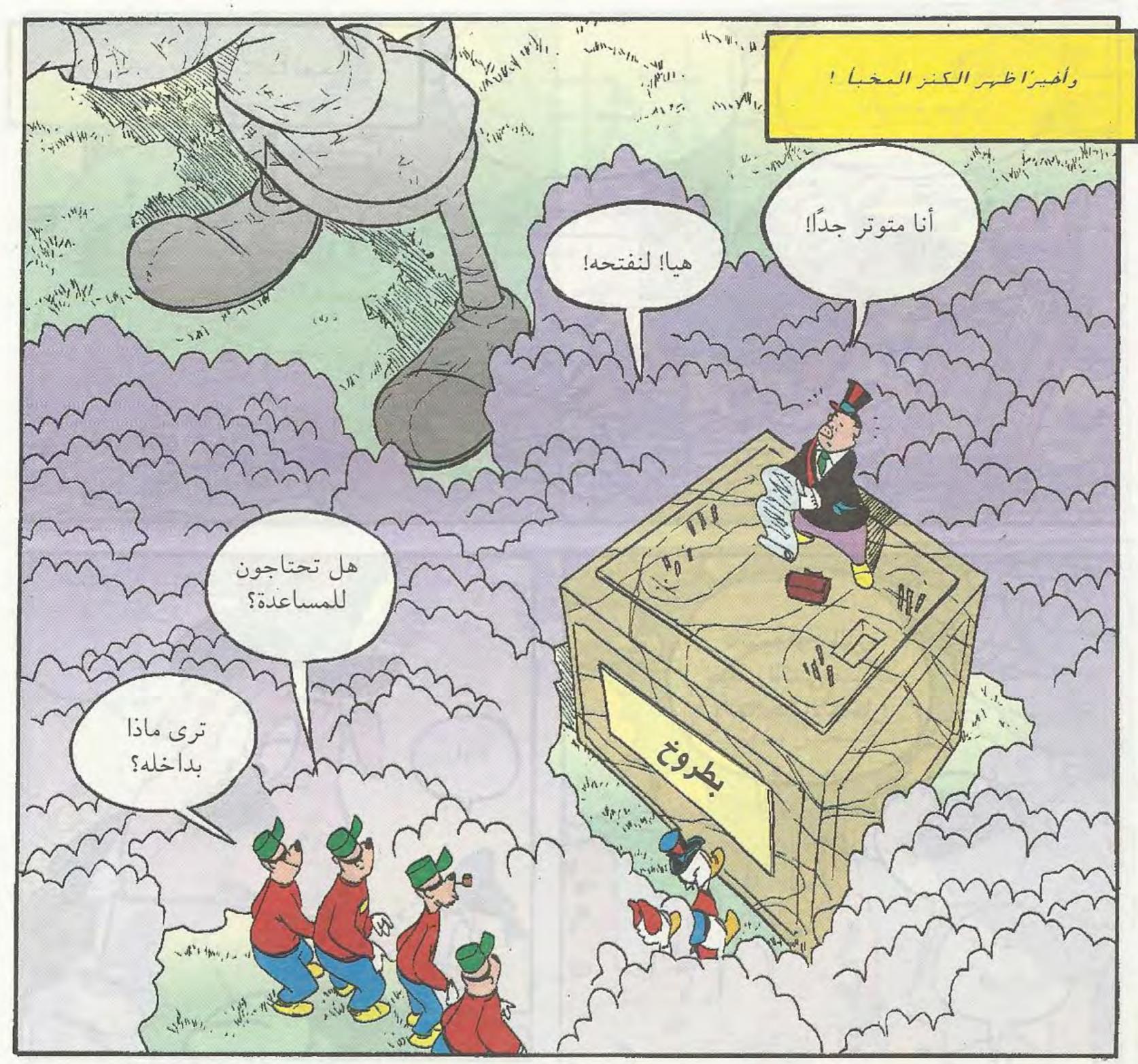






















































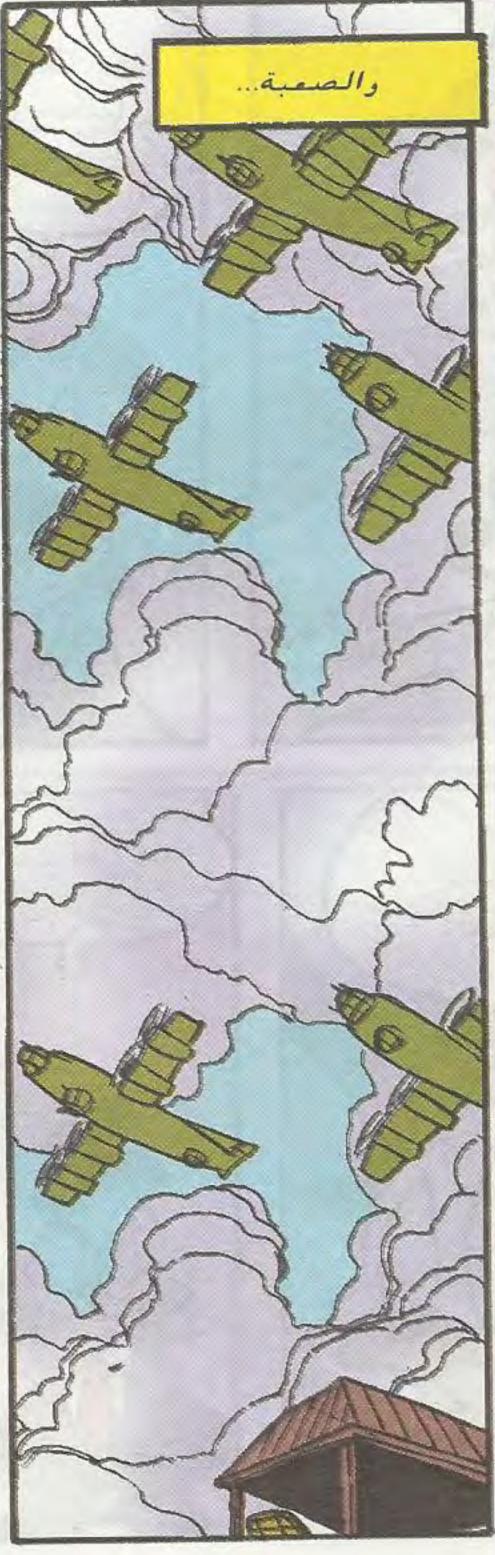


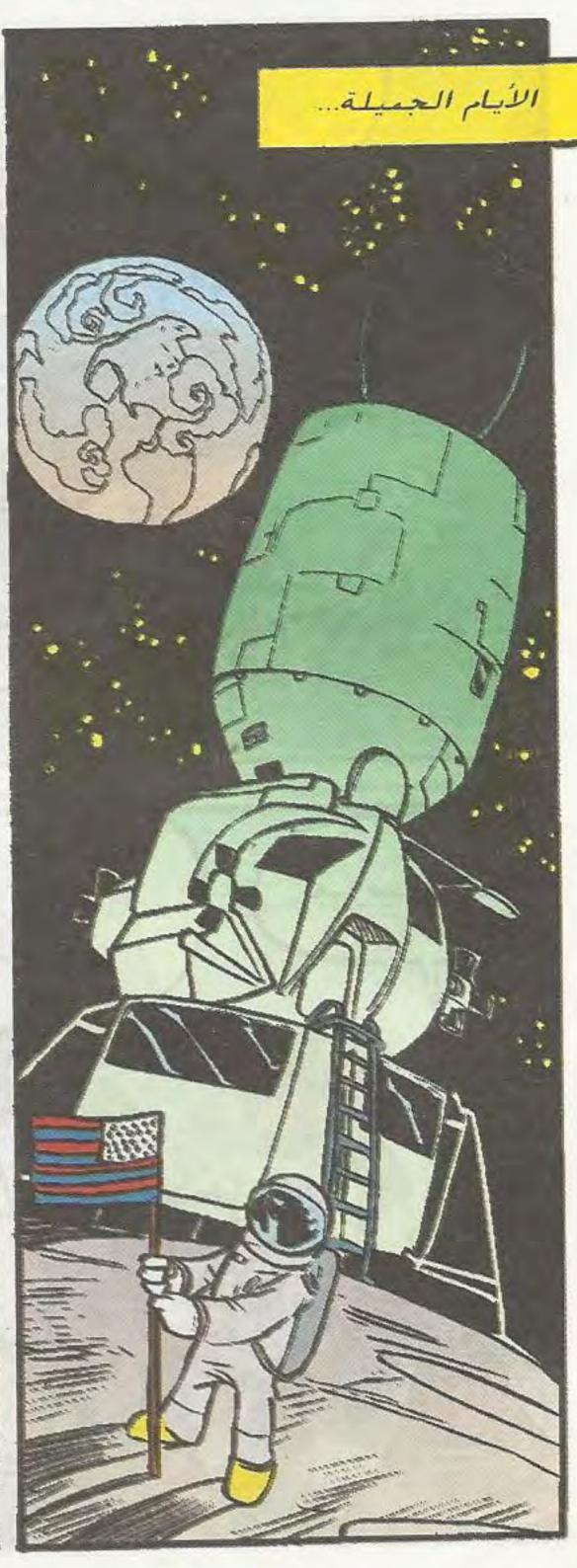


























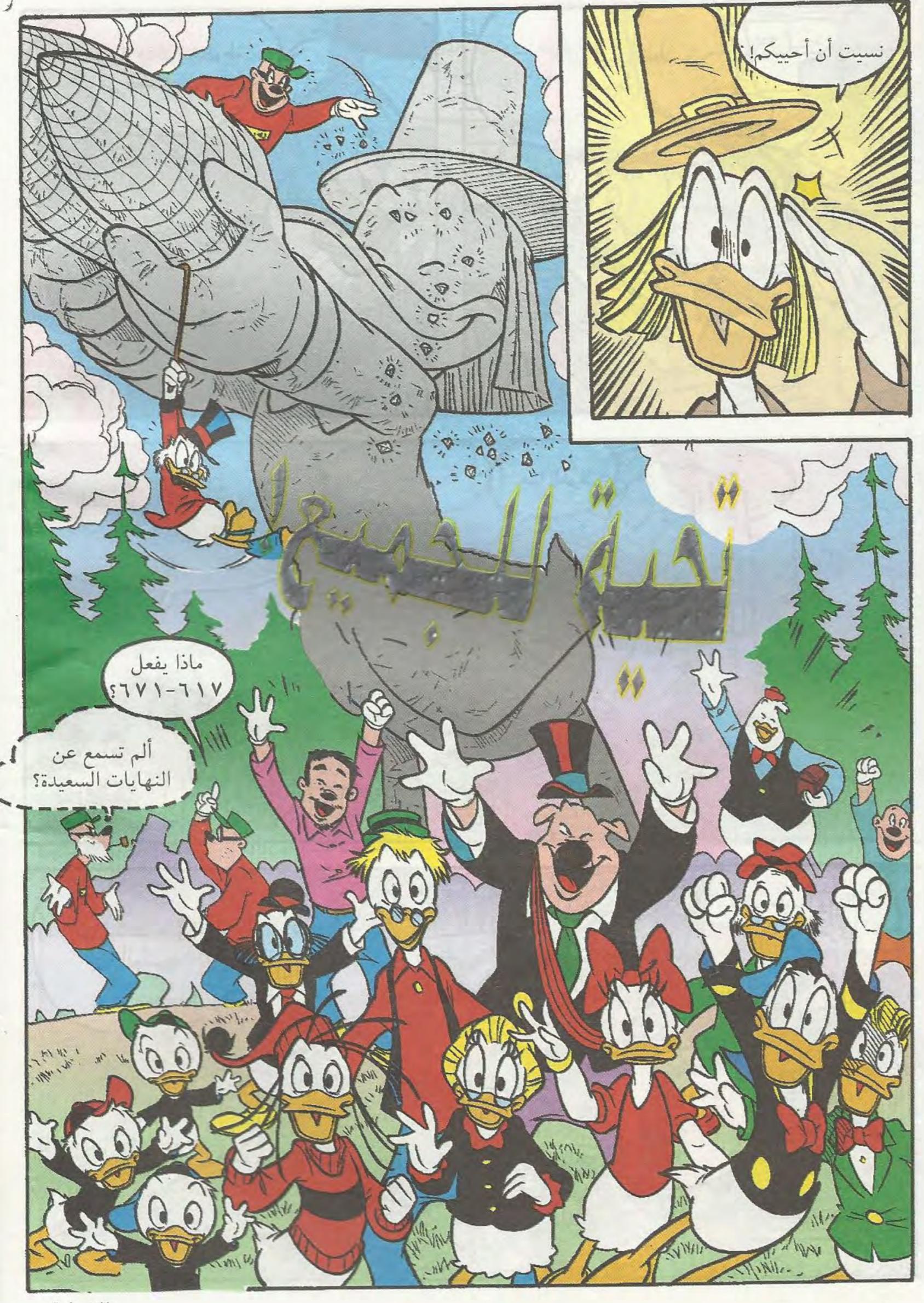












النهاية







حديقة إشكل: ملجأ الطيور المعاجرة

تقع هذه الحديقة شمال تونس، على بعد ٧٥ كيلومترًا من العاصمة، وتحتل مساحة ١٢٦٠٠ هكتار موزعة بين الجبل والبحيرة المعروفين باسم إشكل وبين السباخ. وقد أنشئت هذه الحديقة في ديسمبر ١٩٨٠.

وتعتبر إشكل ملجاً متميزًا في الشتاء لأصناف عديدة من الطيور المائية المهاجرة كالأوز الرمادي والبط المهاجر ويصل عدد الطيور التي تقضي الشتاء في هذه الحديقة إلى نحو ٤٠٠ ألف طير سنويًا.

وإلى جانب الطيور هناك عدد من الحيوانات كابن آوى والربّاح والنمس والقط الوحشي.

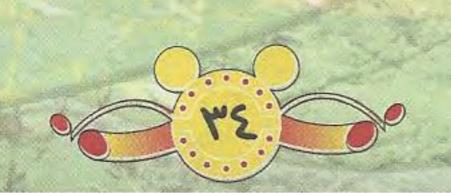
زمبرة وزمبرتا

زمبرة وزمبرتا جزيرتان تم تحويلهما إلى حديقة وطنية عام ١٩٧٧، وتأوي زمبرة نوعًا فريدًا من الفقمة في العالم مهددًا بالانقراض، ويمكن مشاهدة الدلافين وحوت العنبر. وفيها العديد من الطيور و ٢٣٠ نوعًا من النباتات. أما زمبرتا فأغلب نباتها في المناطق المالحة.

حديقة بوقرنين

تعيش في هذه الحديقة عدة ثدييات أكثرها انتشارًا الخنزير الوحشي، وابن آوى والثعلب والرباح، والنمس، وفيها أصغر نوع من الثدييات في العالم وهو الذبابة الاتروية وهو فأريزن نحو غرامين وطوله نحو أربعة سنتيمترات.

ويعشش في الصخور المرتفعة أو على الأشجار الضخمة عدد كبير من الجوارح كالنسر والعقاب والصقر وفيها أنواع أخرى من الطيور كالجمل وتعشش فيها الطيور المهاجرة.

















لقد لعبت الاكتشافات والاختراعات

العلمية دوراً مهماً في تقدم الحياة البشرية على الأرض . فالاختراع يبدأ عادة بفكرة تخطر على بال أحد المتحمسين ولا يتوقف الأمر عند هذه الفكرة التحسينات والتعديلات ما يجعلها أكثر فائدة . وفي هذا الباب ستتعرفون على بعض المخترعين واكتشافاتهم.

توصل أهالي بالاد ما بين النهرين (دجلة والفرات) حوالي العام ٢٠٠٠ قبل الميلاد إلى أن خليطًا من رمال السيليكا ومادة قلوية مثل الصودا أو البوتاس ينصهر عند تسخينه تسخينا شديدًا، ويتحول إلى سائل، يمكن الحصول على الزجاج منه، وقبله كانت قد انتشرت صناعة الخزف المصري الذي يحمل طبقة زجاجية على السطح.

زجاج «الموارنو»

استمرت أساليب الصناعات الزجاجية التي تطورت في عهد الإمبراطورية الرومانية، في «بيزنطة» ودول الشرق حتى أوائل القرون الوسطى «الأوروبية» إلى أن دخلت من جديد إلى أوروبا، ومع انطلاقة عصر النهضة اشتهرت «البندقية» «venise» بصناعاتها النرجاجية الفاخرة مثل زجاج المورانو النومسية. «Morano»

صناعة الزجاج

بقيت هذه الصناعة بدائية حتى القرن الثاني قبل الميلاد، حين استخدمت شعوب بلدان الشرق الأوسط طريقة النفخ لأول مرة، ومن ثم انتشرت صناعة الزجاج في كافة أرجاء الإمبراطورية الرومانية، وبدلاً من النفخ استخدم البعض القوالب الحديدية التي صنعها الحدادون.

زجاج شفاف

استمر التقدم في صناعة الزجاج حتى أصبحت شفافة مثل شفافية الماء، كما استخدمت خامات «الكوبالت» و«المنجنيز» لإضافة الألوان الزرقاء والأرجوانية على الزجاج، وأصبح التفنن بهذه الأمور كثيرًا ومتنوعًا.







المواد المطلوبة

١-اسطوانتان من الكرتون أو الورق المقوى

٢-صمغ ٣-ألوان ٤-خيط سميك

الطريقة

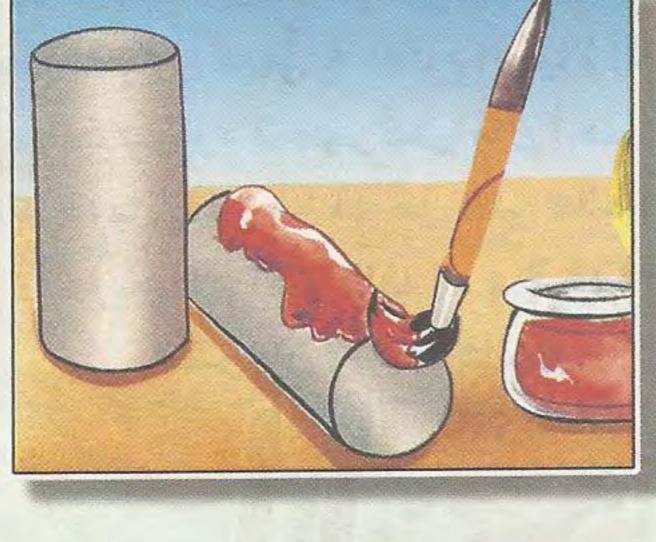
١- لون الاسطوانتين أو غلفهما بالورق الملون.

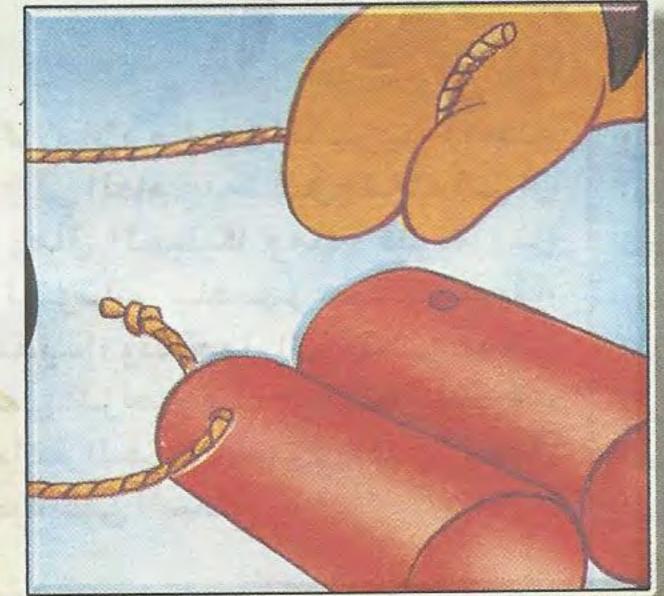
٧- ألصق الاسطوانتين ببعضهما.

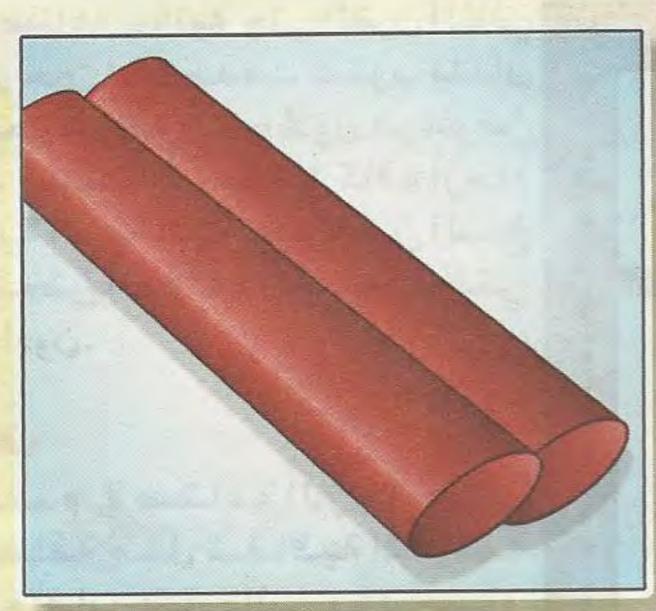
٣- قم بعمل ثقبين في طرفي الاسطوانتين.

٤- مرر الخيط في الثقبين ثم قم بعقد الأطراف

للديك الأن منظار مقرب لتلعب به مع أصدقائك.

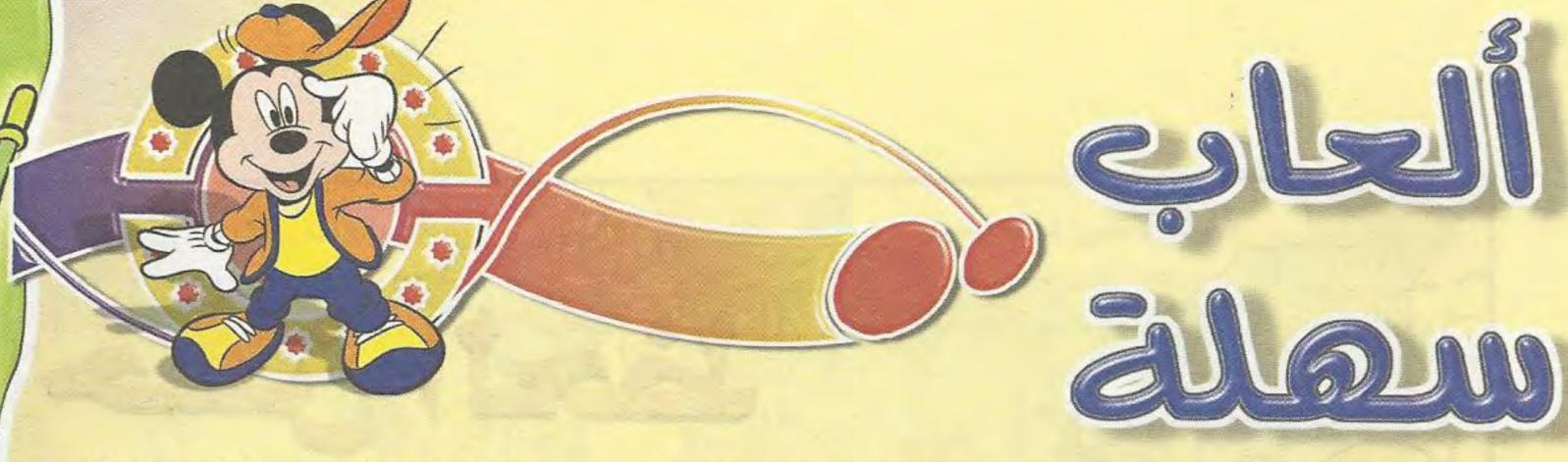






تنبيه: تنفيد هذه الخطوات يجب أن يكون تحت اشراف يكون تحت اشراف الكبار ورقابتهم





ما أسهل عالم الألعاب! يمكنك تنمية مواهب عديدة من خلال لعبة بسيطة وسهلة، مثل موهبة الرسم أو كتابة القصص أو غيرهما من المواهب والهوايات المفيدة. ندعوك لتلعب وتنمي مواهبك في آن واحد فلا تتردد.

أعواد الكبريت

ستحتاج إلى ستة عشر عودًا من الكبريت، ثم رتبها على هيئة أربعة صفوف متتالية (في الصف العلوي عود واحد، وفي الصف الثاني ثلاثة أعواد، وفي الصف الثالث خمسة أعواد، وفي الصف الأخير سبعة أعواد) كما في الشكل المقابل.

يقوم كل لاعب في دوره بإزالة أعواد الكبريت التي ريدها، بشرط أن تكون في نفس الصف، واللاعب

الذي يزيل العود الأخير من كل صف يخسر ويخرج من اللعبة وهكذا، فيكون المتبقي هو الفائز.

النمية المصورة

اكتب قصة من وحي خيالك، أو عشت أحداثها أو حدثت لأي فرد من العائلة أو الأصدقاء. ثم قص صور أبطالك المفضلين وقم بلصقها على ورق كرتون، وحدد بأقلامك الملونة أماكن لكتابة الحوار أو قصها من أي مجلة واستخدم قلمًا لتصحيح الأخطاء (كوريكتور).

حتى يمكنك الكتابة مرة أخرى عليها.
ستحصل في نهاية الأمر على قصة

أصدقائك أو تزين بها غرفتك.



حسن العقا

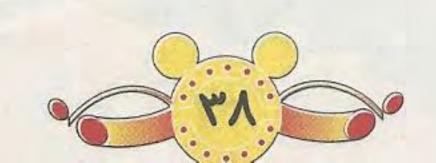


الحفا والشهرة معًا











































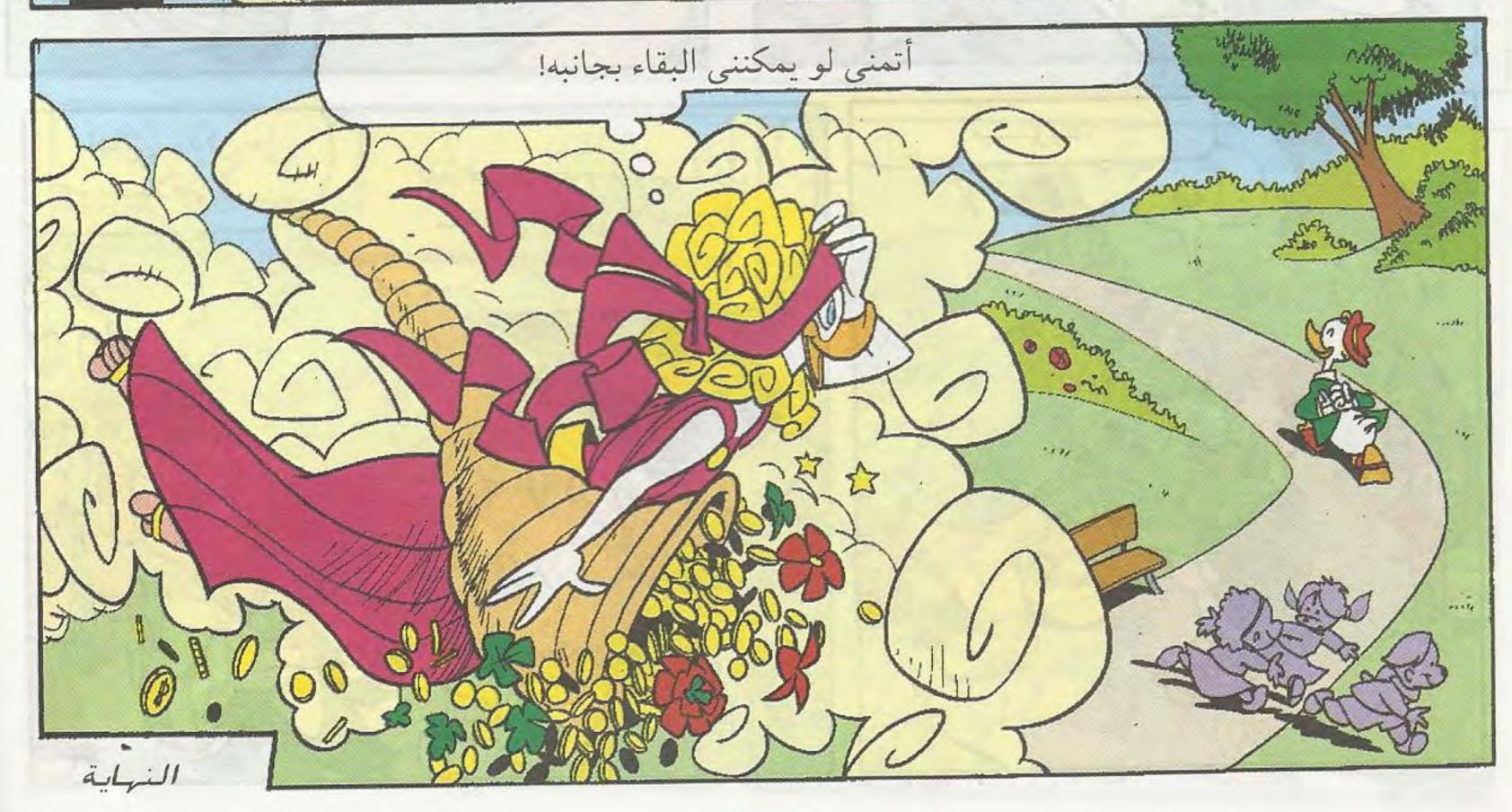
















الحديد هو أهم المعادن التي يحتاجها الجسم، ولكي يحصل الجسم على أعلى استفادة منه عليك باتباع الآتي :

١- احرص على تناول اللحوم مع الخضروات، حيث إن الحديد في اللحوم يساعد على
 امتصاص الحديد من الخضروات، وكذلك الفاكهة.

Y-الأطعمة الغنية بفيتامين (ح) مع الأطعمة المحتوية على الحديد (مثل الموز والتمر والتفاح والباذنجان والملوخية والسبانخ والملفوف) لأنه يزيد عملية امتصاص الحديد فعلى سبيل المثال: عصير البرتقال يضاعف عملية الامتصاص، كذلك الطماطم، الجريب فروت، والبابايا، والفراولة، والفلفل الرومي والكيوي.

٣- لا تخلط بين الحديد والحليب، حيث إن الكالسيوم يمكن أن يعيق عملية الامتصاص قليلاً، وليس معنى هذا أن تباعد بين تناول الحديد والأطعمة الغنية بالكالسيوم. وعلى كل حال فإن تناول الحديد مع عصير

البرتقال أو التفاح يساعد الجسم على امتصاص أكبر قدر منه، كما أنه يحسن من طعم الحديد

غير المرغوب فيه.

٤- إذا كنت ممن يتناولون نقط الحديد باستشارة طبيب، فاحرص على أن تأخذها قبل أو بعد الأكل بساعة على الأقل، حيث إن أفضل وقت لامتصاص الحديد هو عندما تكون المعدة فارغة نوعاً ما.







الاسم: تنسيم يوسف العمر: ٣ سنوات البلا: الكويت



الاسم: سمية يوسف الاسم: عنوات العمر: ٤ سنوات العمر: ١ سنوات العويت البلا : الكويت



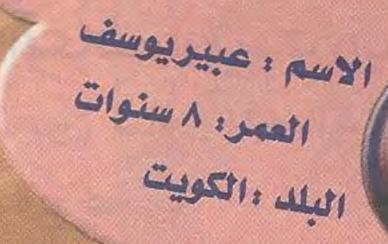
الاسم: جاسم على العمر: ٣ سنوات العمر: ١ سنوات البلد: الكويت



الاسم: يوسف علي العمر: سنتان العمر: سنتان البلد: الكويت



الاسم: سارة يوسف العمر: سنة واحدة البلد: الكويت





الاسم: آية علي الداودي العمر: ١٠ سنوات العمر: البلد: الكويت



اليسم: أحمد علي الداودي العمر: لم سنوات البلد والتحويت البلد والتحويت المسلودي المستوات المسلودي المستوات المس



الاسم: فادي رضا العمر: ٣ سنوات البلد: الكويت



الاسم: بشاير حامل العمر: ٣ سنوات العمر: ١ سنوات البلد: السعودية



الاسم: دلال إبدائيم المسابق المسابق الاسم: دلال إبدائيم المسابق المساب



الاسم: ياسريعقوب العمر: ١٤ سنة البلد: السعودية











